

災害時における乳児栄養・授乳 まるわかりガイドブック



母と子の育児支援ネットワーク

災害時の母と子の育児支援 共同特別委員会

i-hahatoko.net

防災推進国民大会 2021 資料

目次

母と子の育児支援ネットワークについて.....	3
はじめにこちらをお読みください	4
主な活動・情報提供.....	6
どうして、災害時に乳児栄養の支援が大切なの？	7
すべての赤ちゃんを社会が守る、国際的な約束.....	9
母乳代用品のマーケティングに関する国際規準とは？	10
ワークショップ「災害時における授乳アセスメント(聞き取り)を体験しよう」	14
授乳アセスメントシートの必要性和使い方	15
参考文献.....	22
巻末 災害時における乳児栄養・授乳支援 参考資料.....	23



母と子の育児支援ネットワークについて

2004 年、日本ラクテーション・コンサルタント協会(JALC) (のち NPO 法人化)、ラ・レーチェ・リーグ(LLI)日本 (のち NPO 法人化)、母乳育児支援ネットワーク(BSN)の 3 団体が共同で「災害時の母と子の育児支援 共同特別委員会」を設置しました。災害時に母乳育児が続けられる支援を提供してまいりました。

その後、災害時の液体ミルクの適切な使用に向けた取り組みなどにも関わり、災害時だけではなく平常時にも協力して母乳育児の支援と保護のために協力することを念頭に、2017 年に「母と子の育児支援ネットワーク」を新たに構築いたしました。なお、「災害時の母と子の育児支援 共同特別委員会」は、「母と子の育児支援ネットワーク」の一部門という位置づけに置かれ、今後も災害時の情報提供や支援を中心に活動を継続いたします。

「母と子の育児支援ネットワーク」は、災害時も平常時も含めた乳幼児期の栄養法(IYCF: Infant and Young Child Feeding)についての適切な情報が母親だけではなく社会にも広がることを目的としたネットワークです。

母乳で育てたい女性が適切で十分な支援や保護が受けられる社会的環境を整えること。

必要な場合には適切な情報に基づいて、母乳代用品（乳幼児用ミルク）を安全に用いることができるような支援がおこなわれること。

当事者である母親の声を大切にしながら、すべての乳幼児が安全で十分な栄養をとって健やかに育つように、社会に向けて働きかけ、母と子のための支援のネットワークを広げていきたいと願っています。

ネットワーク団体



NPO 法人ラ・レーチェ・リーグ日本 (LLL 日本) 1992 年創設

がんばるママをひとりにしない 母親どうしのボランティア <https://lll-japan.org/>



NPO 法人日本ラクテーション・コンサルタント協会 (JALC) 1999 年創設

乳児栄養支援の国際認定資格を持つ専門職 <https://jalc-net.jp/>



母乳育児支援ネットワーク (BSN Japan) 2000 年創設

社会福祉やメディア社会学、法律の専門家などを含む多職種 <https://bonyuikuji.net/>

はじめにこちらをお読みください

女性の権利を守る

私たちは、ふだんも災害時も、すべての女性が十分な情報と温かい支援を受ける権利があると考え、すべての女性や子育てに関わる方、そして乳幼児を支援している団体です。母乳で育てたいと思う女性への支援だけを目的としているわけではありません。

女性たちが十分な情報を受け取ることができることで、自分と家族にふさわしい乳児栄養を自ら選ぶことができます。その上で女性たちが自ら選んだ選択に寄り添う事が女性の権利を守ることにつながると考えています。

国際的なガイドライン

私たちは、災害時の乳幼児の栄養支援については、国内の事情も加味しながら、国際的なガイドラインに沿った情報提供をしています（※）。

多くの災害時の支援の経験をもとに書かれた国際的なガイドラインは、女性たちへ伝えられるべき十分な情報の発信の留意点と、支援を受ける権利について詳細に記載されています。

赤ちゃんは、母乳や乳児用ミルクがなければ生きていけないため、災害に弱い存在です。特に、母乳を飲んでいない赤ちゃんは、物流が困難になり、医療が行き届かない災害時に最も支援が必要となります。母乳を飲んでいる赤ちゃんと比べると感染症にかかりやすい事も心配されています。

限られた資源を必要なところへ

乳児用ミルクが必要な赤ちゃんに継続的な支援がいきわたるためには、その赤ちゃんへの集中的な支援が重要なのはもちろんのこと、ふだんから母乳をあげているお母さんに対し、災害時も母乳を安心して与え続けられる支援が同時にとても重要となります。

母乳をあげるお母さんが増えれば、その分、乳児用ミルクが必要な赤ちゃんに乳児用ミルクや水・燃料・容器などの物資を行き渡らせることができます。母乳で赤ちゃんの感染症の拡大を防ぐことができれば、母乳を飲んでいない、乳児用ミルクで育っている赤ちゃんの健康リスクも大きく減らすことができます。

どんな人にも支援が必要

とはいえ、災害が起こった時に、お母さんが自信をもって母乳をあげ続けられるかどうかは、周囲からの情報や支援の有無によってかなり左右されます。

また、乳児用ミルクを必要とする赤ちゃんの数と状況を把握し、衛生状態の悪い中で、安全に乳児用ミルクを飲ませる方法を伝えることも非常に大切です。

このような時、災害時の乳幼児の栄養支援についての国際ガイドラインは、過去に起こった災害での事実をもとに、常に情報を更新しており、すべての親子を守るために有益な情報が書かれていて参考になります。

乳児栄養は権利の問題

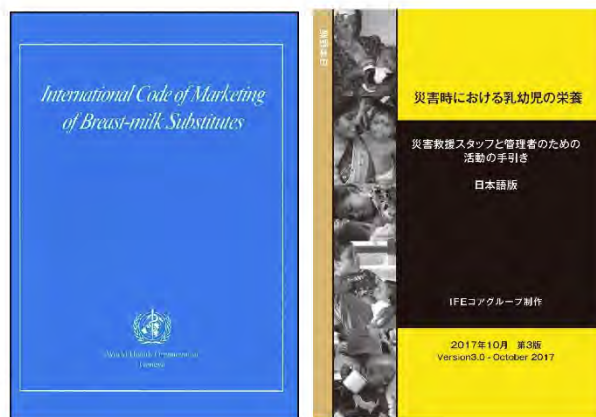
お母さんたちの声に寄り添って耳を傾けることが平時も災害時も重要です。できれば母乳で育てたいと思っている一方で、母乳で育てたかったのにできなかったという声もあります。また、母乳を強制されて辛かったという声も多く聞かれます。支援の不足によって考えられるものも多くありますが、それにもかかわらず、わが子のために最善を尽くそうとしてきた母親が自らを責めたり落ち込んだりする姿に胸を痛めます。どのような乳児栄養を選択するかは、母親がそれによって責められたり追い詰められたりするような、母親に課される義務や道德の問題ではなく、権利の問題です。私たちは、母親とはこうあるべきという情報によって女性を苦しめたり、母乳をあげている女性と乳児用ミルクをあげている女性を対立構造にしたりすることは避けるべきだと考えています。

すべての女性・子育てにかかわる方と乳幼児の、命・健康・権利が守られるために、この情報が役立てば幸いです。

※「母乳代用品のマーケティングに関する国際規準」(WHO)、「災害時における乳幼児の栄養～災害救援スタッフと管理者のための活動の手引き」(UNICEF、WHO、UNHCR、WFPなどの国連機関と緊急救援活動に取り組むNGOや専門家による国際連携で作成)のこと。詳しくは巻末を参照。

WHO「国際規準」遵守に関する情報提供

世界保健機関「母乳代用品のマーケティングに関する国際規準」



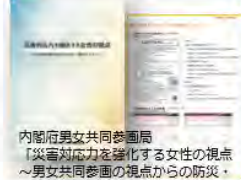



IFEコアグループ
「災害時における
乳幼児の栄養：
災害救援スタッフと
管理者のための
活動の手引き」

主な活動・情報提供




主な活動

<p>2011年 東日本大震災時に ユニセフと協働 赤ちゃんの栄養 相談ホットライン</p> 	<p>2017年 他団体と共同で 液体ミルク導入に あたったの要望書</p> 
<p>2019-2020年 内閣府の ガイドラインに 協力・資料紹介</p>  <p>内閣府男女共同参画局 「災害対応力を強化する女性の視点 ～男女共同参画の視点からの防災・ 復興ガイドライン～」</p>	<p>2020年 オンライン相談 被災地支援</p> 

私たちの活動歴をより詳しく掲載しています。 https://i-hahatoko.net/?page_id=9

支援者が利用できる情報提供資料

内閣府男女共同参画局
「災害対応力を強化する女性の視点
～男女共同参画の視点からの
防災・復興ガイドライン～」



災害時に赤ちゃんの栄養相談ホットライン

災害時の赤ちゃんの栄養

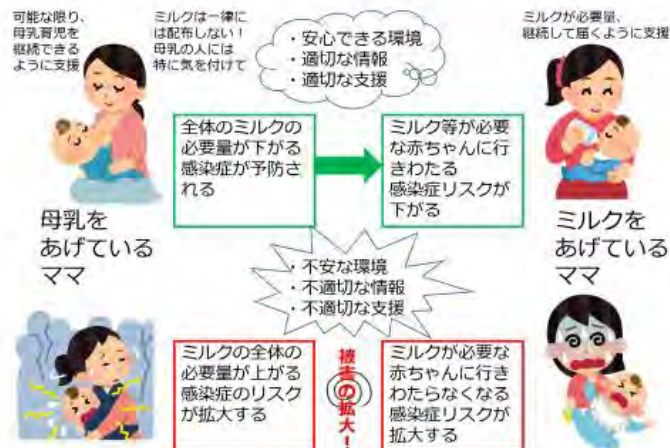
コップで母乳

当会作成資料を掲載しています。 https://i-hahatoko.net/?page_id=57

どうして、災害時に乳児栄養の支援が大切なの？

災害時は適切な授乳支援が求められる

災害時には資源が限られる



乳児用ミルクが必要な赤ちゃんに継続的な支援がいきわたるためには、その赤ちゃんへの集中的な支援が重要なのはもちろんのこと、ふだんから母乳をあげているお母さんに対し、災害時も母乳を安心して与え続けられる支援が同時にとても重要となります。

母乳をあげるお母さんが増えれば、その分、乳児用ミルクが必要な赤ちゃんに乳児用ミルクや水・燃料・容器などの物資を行き渡らせることができます。

災害時の乳幼児栄養救援活動の国際ガイドライン

Infant and Young Child Feeding in Emergencies: Operational Guidance for Emergency Relief Staff and Programme Managers version 3.0, 2017



(日本語訳 **2019年3月1日発行**)
災害時における乳幼児の栄養：
災害救援スタッフと管理者のための活動の手引き

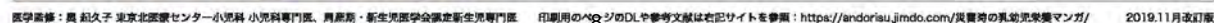


『人道憲章と人道対応に関する最低基準』
(スフィア基準)
『人道行動における子どもの保護の最低基準』
においても、災害時の乳幼児栄養に関してはこの国際ガイドラインに従うようにという記述

https://www.enonline.net/attachments/3126/Ops-G_Japanese_2019.pdf

災害時の乳幼児の栄養支援についての国際ガイドラインは、過去に起こった災害での事実をもとに、常に情報を更新しており、すべての親子を守るために有益な情報が書かれています。

ダウンロード https://i-hahatoko.net/?page_id=1182



すべての赤ちゃんを社会が守る、国際的な約束

～母乳代用品のマーケティングに関する国際規準（WHOコード）～

作成：NPO法人ラ・レーチェ・リーグ日本 <https://lll-japan.org/whocode.html>

ダウンロードできます。モノクロ版も <https://lll-japan.org/pdf/whocodeLLLJ.pdf>



すべての赤ちゃんを社会が守る、国際的な約束

～母乳代用品のマーケティングに関する国際規準（WHOコード）～

母乳を飲む赤ちゃん、ミルクを飲む赤ちゃん、母乳とミルクを飲む赤ちゃん。すべての赤ちゃんの健康を守るために、日本を含む世界中の多くの国が約束したことがあります。WHOの「母乳代用品のマーケティングに関する国際規準」（以下、「国際規準」）、赤ちゃんの命にかかわる製品の宣伝や販売促進を規制し、安全に使えるようにするための約束です。



製造・販売は必要 「宣伝」はしない

ミルクを必要とする赤ちゃんにとって、その製造や使用は大切なことです。「国際規準」が規制しているのは製造や使用ではなく、製品を宣伝すること。また、例えば試供品を配るといったような販売促進活動をすることです。規制の対象となる製品は次のものです。

- ・乳児用ミルク（粉ミルク・液体ミルク）
- ・母乳の代わりに与えられることのあるすべての食べ物や飲み物（6か月未満の赤ちゃんを対象としたお茶や食べ物、36か月までの子どもを対象としたミルクなど）
- ・哺乳びんとその乳首



「国際規準」はなぜ必要？

1：母乳が出るしくみを守る

母乳は、お母さんの体から外に出ると、その出た量に応じてまた作られる、というしくみになっています。例えば、母乳が飲めていないにもかかわらず1回の母乳をミルクに置き換えることが続くと、その分だけ母乳が体の外に出る機会が減り、その後作られる母乳の量に影響します。

2：赤ちゃんが乳房から飲む意欲を守る

哺乳びんで飲む経験をする、その後お母さんの乳房から直接飲むことを嫌がるようになったり、乳房から飲み取りにくくなったりする赤ちゃんもいます。

3：お母さんの自信を守る

自分は母乳で育てられる、と感じられるかどうかがお母さんの選択に大きく影響することがわかっています。出産の前に、あるいは産後母乳をあげ始めて不安を感じているときに、適切な情報やサポートの代わりに、ミルクの試供品が届いたり、「母乳だけでは育てられないかもしれないからミルクもあると安心」といった宣伝文句をひんぱんに見聞きしたりするとどうなるでしょうか。自分は母乳で育てられるという自信が揺らぎ、そして実際にミルクや哺乳びんを使ってみることで、母乳の分泌や赤ちゃんの飲み方に影響を与え、結果的に母乳で育てることが難しくなることがあります。

母乳の出る量（赤ちゃんの飲む量）には、よく言われるような「個人の体質」などではなく、このようなことが大きく関係しています。母乳を与えるお母さんに対して、製品をより多く売ることが目的とした働きかけではなく、適切な情報やサポートが届くようにとの願いから、「国際規準」は生まれました。



ミルクを飲む赤ちゃんがより安全で健康に育つために

情報やサポートは、ミルクを必要とする赤ちゃんのためにも、とても大切です。「国際規準」には、母乳の代わりになる製品を安全に使うための情報やサポートについても書かれています。例えば、製品のラベルには、誇大な宣伝やよいことだけを書いたり、理想的なイメージにつながるイラストを使用したりしないこと、適切な使用法や、使うときには専門家のサポートが受けられるよう促す記載をすることなどが求められています。そして、ミルクの品質が適切なものとなるように、また必要なミルクが安定して手に入るように、など、ミルクを飲む赤ちゃんがより安全で健康に育つための情報について、幅広くふられています。



「国際規準」を守るのは、お母さんではなくて社会

この「国際規準」を守るのは、製品を作ったり売ったりする企業、保健医療従事者（ラ・レーチェ・リーグのようなボランティアも含む）、健康にかかわる施設（病院、クリニックのほか、保育所なども含む）、そして政府です。「国際規準」を守るべき人たちの中に「お母さん」は入っていません。「国際規準」は、何かをお母さんに強いるためのものではありません。

赤ちゃんとお母さんにかかわるすべての人や組織がそれを守ることによって、すべての赤ちゃんの健康が守られる。そのような環境を社会が作るためのものなのです。

- ・「国際規準」は「国際基準」や「WHOコード」とも呼ばれています。
- ・「国際規準」のより具体的な内容については、協力団体：母乳育児支援ネットワークの記事を参照ください。
<https://bonyuikuji.net/?p=317>

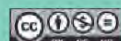


NPO法人ラ・レーチェ・リーグ日本

La Leche League Japan

ラ・レーチェ・リーグは、「国際規準」を遵守する組織とのみ協力関係を築きます。

lll-japan.org



母乳代用品のマーケティングに関する国際規準とは？

<https://bonyuikuji.net/?p=317> より

母乳代用品のマーケティングに関する国際規準

International Code of Marketing of Breast-milk Substitutes

＊「国際規準」のほか、一般的に「WHO コード」あるいは、「国際基準」とも呼ばれる
(1981. 5. 21 第 34 回世界保健総会にて採択)

目的

この「国際規準」の目的は、乳児に対する安全で十分な栄養の供給に寄与することである。そのために、母乳育児を保護・推進【注】し、「必要な場合には、適切な情報に基づき、公正妥当なマーケティングと支給を通じて母乳代用品が適切に用いられること」を保証する。

【注】現在の日本では母乳育児の利点の多くが子育て世代には広く知られており、9 割以上の母親が母乳で育てたいと願っています。その願いをかなえるために環境を整える努力をするのは母親ではなく、社会の役割です。「母乳育児の推進」というと、母親に対して「母乳で育てるように推進」するかのように思われがちですが、母乳育児を推進する対象は母親ではなく、むしろ母親を取り巻く社会にあるといえます。この国際規準は国際的に通用するように作られており、企業、保健医療システム、および政府に適用されます。

この国際規準は、母乳で育つ赤ちゃんだけではなく、ミルクで育つ赤ちゃんも含めたすべての赤ちゃんの健康を守るために、世界保健総会で採択されました。国際規準は、女性の意志に反して母乳育児を強いることを目的にしていません。誰もが乳児の栄養法に関して偏りがない正確な情報を得て、必要と見なされたときに、可能な限り安全に使用されるよう保証するためのものです。すべてのお母さんには、十分に偏りのない情報を得た上で自分の家族にとって最適な栄養法を選択する権利があります。

母乳には免疫成分があるなどの利点があることは知られていますが、心地よく母乳をあげるにはコツがあり、産科施設の方針やその後の支援によって母乳育児がうまくいくかどうかの大半は左右されます。しっかり赤ちゃんに吸われたり、（それができない場合は）しばらく外に出したりすることが体へのサインとなり、母乳は作られます。何らかの理由で

赤ちゃんがしっかり吸えなかったり、授乳回数が減ったりすると作られる量が減っていきます。こうした母乳分泌のしくみやうまくいくためのコツについての十分な情報が与えられる前に、乳児用ミルクの宣伝メッセージを受け取り、医療機関・医療施設で試供品を渡たされると、それをあげているうちに母乳が出なくなっていくます。そうすると、母乳で育てたいと思ってもうまくいかないだけでなく、お母さんが自分の体への自信をなくしてしまうリスクがあります。

また、商品売るためのテレビ CM や雑誌の広告などの影響力も無視できません。そのような影響からできるかぎりお母さんと赤ちゃんを守ろうというのがこの国際規準の目的です。

母乳代用品とは乳児用調整乳（乳児用ミルク）やフォローアップミルク、そのほかの母乳にとって代わる乳児用食品のことです。また、それだけでなく、哺乳びんや人工乳首のマーケティングも規制の対象としています。

つまり、母乳を代用するどのような製品も「母乳代用品」であり、国際規準はどのような代用品の広告もしてはいけないといっています。そして、十分に偏りのない情報提供を得たうえで、乳児用ミルクや哺乳びんを使うと決めた場合は、安心して安全に使えるように支援されることが大切です。

この国際規準が生まれた背景には、乳児用ミルクを製造する多国籍企業が、自社製品の販路拡大を求めて、発展途上国で、不適切な手段で粉ミルクを売り込んだという事実があります。医療施設の中で白衣を着た「ミルクナース」（セールス員）が、粉ミルクを必需品であり、母乳よりも優れたものであるかのように宣伝し、医療施設の中で試供品を配布しました。

お母さんたちは、試供品のミルクをあげているうちに母乳が出なくなり、赤ちゃんにはミルクが不可欠になってしまいました。しかし、十分な粉ミルクを買うお金がない家庭では、薄めて飲ませることになりました。また、粉ミルクを作る水が汚染されているような状況でも販売促進が行われました。そのため、多くの赤ちゃんが亡くなったり、病気になったりしました。

こうした歴史的な悲劇からの教訓からこの国際規準は生まれました。

1981 年の決議に反対したのはアメリカのみで日本を含む 3 国は棄権しましたが、1994 年の世界保健総会ではアメリカ・日本も含む全会一致で採決しています。

しかし、それ以降も規制されたはずの宣伝は続いています。1990年代の実話を元にした映画のサイトはこちら <http://www.bitters.co.jp/tanovic/milk.html>（「汚れたミルク：あるセールスマンの告発」）

時代の変遷に伴い、世界保健総会で内容の補強が行われており、その決議は「国際規準」と同じ効力を持っています。例えば2016年の世界保健総会で合意された「乳幼児食品の不適切な販売促進をやめる指針」は、政府のプログラム、NGO、企業による乳幼児食品

（3歳まで対象）の販売促進に対しても適用されます。この国際規準はWHOに加盟する世界194か国中136か国が部分的あるいは完全に何らかの法律や条例として法制化されています（2020年WHO/ユニセフ報告書）。WHOとユニセフは、全加盟国に対し、国内法制を強化し「母乳代用品のマーケティングに関する国際規準」とその後の世界保健総会の関連決議を有効なものとするように勧告しています。

また、国連の子どもの権利委員会からの日本の第4回・第5回統合定期報告書に関する総括所見(2019年)でも、この「国際規準」を全面的に実施するように勧告されています。

国際規準の主な内容（全文ではありません）

1. 消費者一般に対して、母乳代用品の宣伝・広告をしてはいけない。
2. 母親に試供品を渡してはならない。
3. 保健施設や医療機関を通じて製品を売り込んではいけない。これには乳児用調整乳の無料提供、もしくは低価格での販売も含まれる。
4. 企業はセールス員を通じて母親に直接売り込んではいけない。
5. 保健医療従事者に贈り物をしたり個人的に試供品を提供したりしてはならない。保健医療従事者は、母親に試供品を手渡してはならない。
6. 赤ちゃんの絵や写真を含めて、製品のラベル（表示）には人工栄養法を理想化するような言葉、あるいは絵や写真を使用してはならない。
7. 保健医療従事者への情報は科学的で事実に基づいたものであるべきである。
8. 人工栄養法に関する情報を提供するときは、必ず母乳育児の利点を説明し、人工栄養法のコストや不適切な使用法によるリスクを説明しなければならない。
9. 乳児用食品として不適切な製品、例えば加糖練乳を乳児用として販売促進してはならない。
10. 母乳代用品の製造業者や流通業者は、その国が「国際規準」の国内法制を整備していないとしても、「国際規準」を遵守した行動をとるべきである。

主な参考文献

Allain A & Chetley A.(2002)/ 母乳育児支援ネットワーク訳(2007)乳児の健康を守るためにWHO「国際規準」実践ガイドブック保健医療従事者のための「母乳代用品のマーケティングに関する国際規準」入門. NPO 法人日本ラクテーション・コンサルタント協会.

United Nations Convention on the Rights of the Child, Committee on the Rights of the Child. (2019) Concluding observations on the combined fourth and fifth periodic reports of Japan, 5 March 2019.

UNICEF/WHO (2009)赤ちゃんとお母さんにやさしい母乳育児支援 ベーシックコース, 医学書院.

Palmer, G.(2009)/本郷寛子,瀬尾智子訳(2015)母乳育児のポリティクス：おっぱいとビジネスとの不都合な関係,メディカ出版.

WHO (2016) Guidance on ending the inappropriate promotion of foods for infants and young children.

WHO/UNICEF/IBFAN.(2020) Marketing of breast-milk substitutes: National implementation of the international code Status Report.

(2009年11月、2018年7月、2019年7月、2020年8月 一部改訂)

第71回世界保健総会（2018年5月の決議）

加盟国に対し、以下を行うように促す

1. 母乳育児の保護、（教育も含む）促進と支援のための法律・政策・プログラムにもっと財政を投資
2. 改訂版「母乳育児がうまくいくための10のステップ」の全面統合的を促進することも含め赤ちゃんにやさしい病院運動(BFHI)を活性化
3. **「母乳代用品のマーケティングに関する国際規準」**及びそのほかのWHOの勧告の実施を目指す措置の実施に向けた国のメカニズムの実施や強化
4. （母乳で育っている子どもと母乳を飲んでいない子どもの両方の）WHOのガイドラインに基づいた、タイムリーで十分な補完食の促進
5. **乳幼児用食品の不適切な販売促進をやめる***ために必要な措置を講じる
6. **災害時に根拠に基づいた適切な乳幼児栄養**ができるように必要な措置を講じる（防災対策,災害時の能力強化,部署をまたいだ調整を含む）
7. 母乳育児をすすめるための貴重な手段として「世界母乳育児週間」を持つ

<http://kyokuho.ncgm.go.jp/library/who/WHA71.pdf> 日本語版訳 p.31-33

*政府プログラムやNPOにおけるプロモーションも含む (WHO, 2016, 2017)

ワークショップ「災害時における授乳アセスメント(聞き取り)を体験しよう」

■ 出展内容：授乳中の母子が避難してきたらどうしますか？

内閣府男女共同参画局「災害対応力を強化する女性の視点～男女共同参画の視点からの防災・復興ガイドライン～」に授乳に関し客観的に評価できる授乳アセスメントシートが載った。避難所等で授乳中の母子に接する可能性のある人がこのシートを使うことで、母乳を飲ませている女性が安心して継続でき乳児用ミルクが必要な場合は安全に使うための支援ができるようになることを目指す。

■ 来場者・参加者に訴えたいメッセージ：

母乳を飲ませている人が安心して継続できる支援、乳児用ミルクが必要な場合には十分説明をした上で安全に使える支援が大切。内閣府男女共同参画局「災害対応力を強化する女性の視点～男女共同参画の視点からの防災・復興ガイドライン～」(2020)の授乳アセスメントシートを使い、一人ひとりに必要な支援をしましょう。

プレゼンブース「災害時の乳児栄養・授乳支援」

■ 出展内容：IFE コアグループ作成の国際ガイドラインや、内閣府「災害対応力を強化する女性の視点～男女共同参画の視点からの防災・復興ガイドライン～」で紹介されている配布リーフレットがダウンロードできる。行政や救援団体に対し、ガイドラインの中の授乳アセスメントシート、液体ミルクを安心して使うためのチェックリストやコップ授乳、WHO「母乳代用品のマーケティングに関する国際規準」遵守に関する情報も提供する。

■ 来場者・参加者に訴えたいメッセージ：

災害時に母乳を飲ませ続けられる支援、ミルクが必要な時は安全に使える支援が必要。内閣府男女共同参画局「男女共同参画の視点からの防災・復興ガイドライン」を参考に、乳児用ミルクの試供品配布など母乳代用品のプロモーションを規制しているWHOの国際規準の意味を理解し、一人ひとりに必要な支援をすることが大切です。

授乳アセスメントシートの必要性和使い方



6 物資の備蓄・調達・配布

(p.17より抜粋。便宜上箇条書きにしたもの)

取組主体 ☒都道府県 ☒市町村

☒男女共同参画センター

- 備蓄チェックシートを活用し…妊産婦・乳幼児・子育て家庭等のニーズを十分に踏まえた品目を選定し、必要かつ十分な物質を備蓄する。
- 関係団体や企業と必要な協定を締結する。
- 女性用品や乳幼児用品、衛生用品等について、住民の備えを促す。
- 授乳支援にあたっては、粉ミルク・液体ミルク等の**母乳代替食品の一律の配布を避ける**が必要があり、**個別の母子の授乳状況をアセスメントした上での適切な配布**が求められます。
- 液体ミルクは母乳の代替品として販売されており、災害時にも有用とされています。賞味期間の短さや価格から、常時備蓄ではなく、**企業から必要な際に供給を受ける協定を締結することも有用**です。
- 常時備蓄の場合には、期限の近づいた製品は、**保育所の給食の食材や乳児院における活用、防災訓練の炊き出し訓練における食材としての活用**などが考えられます。
- いずれの場合も、**提供先における母乳育児の取組を阻害しないように考えることが重要**です。
- **試飲や子育て家庭への配布はしないようにしてください。**

6 物資の備蓄・調達・配布

- ☐ 備蓄チェックシートを活用し、男女共同参画担当部局と防災・危機管理担当部局が連携し、女性の備蓄の取組も踏まえ、女性と男性のニーズの違いや、妊産婦・乳幼児・子育て家庭等のニーズを十分に踏まえた品目を選定し、必要かつ十分な物資を備蓄する。
- ☐ 上記物資について、関係団体や企業と必要な協定を締結する。
- ☐ 女性用品や乳幼児用品、衛生用品等について、住民の備えを促す。

<女性と男性のニーズの違いに配慮>

女性や乳幼児が早期に必要なと思われる物資の代表的なものとして、以下のものが考えられます。

プライバシーを十分に確保できる間仕切り、生理用品、女性用下着、授乳用品、離乳食用品、紙おむつ、体温計、消毒液 等

備蓄チェックシートを活用し、女性の視点に立って、必要かつ十分な備蓄を行うことが極めて重要です。また、公的な備蓄だけでは対応できない事態が生じることも想定し、倉庫業者、運送業者、コンビニエンスストア、スーパー等の関係団体・企業等と協定を結んだり、他の地方公共団体と災害協定を締結することも有効です。

なお、授乳支援にあたっては、粉ミルク・液体ミルク等の母乳代替食品の一律の配布を避ける必要があり、個別の母子の授乳状況をアセスメントした上での適切な配布が求められます。液体ミルクは母乳の代替食品として販売されており、災害時にも有用とされています。賞味期間の短さや価格から、常時備蓄ではなく、企業から必要な際に供給を受ける協定を締結することも有効です。常時備蓄の場合には、期限の近づいた製品は、保育所の給食の食材や乳児院における活用、防災訓練の炊き出し訓練における食材としての活用などが考えられます。いずれの場合も、提供先における母乳育児の取組を阻害しないように考えることが重要です。試飲や子育て家庭への配布はしないようにしてください。●第3部 備蓄チェックシート、授乳アセスメントシート

<住民の自らの備えを促す>

防災訓練は混乱が生じるため、平常時から住民の備えを促すことが重要です。女性用品や乳幼児用品、衛生用品等についても、ローリングストック（普段から少し多めに買い、消費した分だけ買い増すことで一定量を無断なく備蓄する方法）や非常時持ち出し袋の準備などにより、最低3日分～1週間分（新型コロナウイルス感染症等については2週間）備蓄するよう、防災訓練や各種イベント等を通じて、住民に対して啓発することが望めます。

6 資料本産産「災害時に備えた商品ストックガイド」(平成31年3月)

備蓄チェックシート (p. 56)

妊産婦

- 妊産婦用下着
- 妊産婦用衣類
- 防犯ブザー/ホイッスル
- 母乳パッド

乳幼児用品

- 粉ミルク（アレルギー用含む）又は液体ミルク
- 枕やクッション（授乳室ごとに数個）、授乳用ケープ・バスタオル等（ストールでも可）
- 乳幼児用飲料水（軟水）
- 哺乳瓶・人工乳首（ニップル）・コップ（コップ授乳用に使い捨て紙コップも可）・消毒剤・洗剤・洗浄ブラシ等の器具、割りばし
- 湯沸し器具・煮炊き用なべ（食用と別にする）
- 離乳食（アレルギー対応食を含む）
- 皿・スプーン
- 乳幼児用紙おむつ（各種サイズ、女児用、男児用）、おむつ用ビニール袋
- おしりふき

共通

- プライバシーが十分に保護される間仕切り・パーティション

備蓄チェックシート	
<p>▶ 備蓄の品目や数量について、女性と男性のニーズの違い、妊産婦や子育て家庭のニーズに配慮することが必要です。品目や数量については、当事者である女性が参画して、検討してください。</p> <p>▶ 個人によってニーズは異なりますが、一人あたり最低3日間の量を備蓄することが望めます。住民に対して、平常時から備えを促しましょう。</p>	
女性用品	<input type="checkbox"/> 生理用ナプキン（普通、長時間向け等） <input type="checkbox"/> おりものシート <input type="checkbox"/> サニタリーショーツ <input type="checkbox"/> 防犯ブザー/ホイッスル <input type="checkbox"/> 中身が残らないゴミ袋 <input type="checkbox"/> 女性用下着（各種サイズ）
若者（女性）	<input type="checkbox"/> 女児用下着（発達段階ごとに適したサイズ、形態のもの） <input type="checkbox"/> 防犯ブザー/ホイッスル
妊産婦	<input type="checkbox"/> 妊産婦用下着 <input type="checkbox"/> 妊産婦用衣類 <input type="checkbox"/> 防犯ブザー/ホイッスル <input type="checkbox"/> 母乳パッド
乳幼児用品	<input type="checkbox"/> 粉ミルク（アレルギー用含む）又は液体ミルク <input type="checkbox"/> 枕やクッション（授乳室ごとに数個）、授乳用ケープ・バスタオル等（ストールでも可） <input type="checkbox"/> 乳幼児用飲料水（軟水） <input type="checkbox"/> 哺乳瓶・人工乳首（ニップル）・コップ（コップ授乳用に使い捨て紙コップも可）・消毒剤・洗剤・洗浄ブラシ等の器具、割りばし <input type="checkbox"/> 湯沸し器具・煮炊き用なべ（食用と別にする） <input type="checkbox"/> 離乳食（アレルギー対応食を含む） <input type="checkbox"/> 皿・スプーン <input type="checkbox"/> 乳幼児用紙おむつ（各種サイズ、女児用、男児用）、おむつ用ビニール袋 <input type="checkbox"/> おしりふき
介護用品	<input type="checkbox"/> 大人用紙おむつ（各種サイズ、女性用、男性用）、おむつ用ビニール袋 <input type="checkbox"/> 尿取りパッド（女性用、男性用） <input type="checkbox"/> おしりふき <input type="checkbox"/> 介護食（おかゆ、とろみ食、とろみ粥） <input type="checkbox"/> 簡易トイレ・便座式洋式トイレ <input type="checkbox"/> 防犯ブザー/ホイッスル <input type="checkbox"/> 義歯洗浄剤
外国人（女性）	<input type="checkbox"/> スプーン・フォーク <input type="checkbox"/> ストール <input type="checkbox"/> 宗教上の理由に関わらず食べられる食べ物
共通	<input type="checkbox"/> プライバシーが十分に保護される間仕切り・パーティション <input type="checkbox"/> 足腰が重い人のための寝具（段ボールベッド等）

紙コップを使つての粉ミルク調乳方法

- ・紙コップを2枚重ね、その中に規定通りの粉ミルクを入れる
- ・別のカップで規定量の湯を計量する
- ・2枚重ねた紙コップの中に計量カップの湯をそそぐ
- ・清潔な割りばしで混ぜ合わせて溶かす
- ・人肌に冷ましてから飲ませる
- ・口をつけたコップの残りのミルクはすぐに廃棄する



動画：<https://vimeo.com/297382521>

備蓄に清潔な紙コップと使い捨て割り箸があると便利

25 保健衛生・栄養管理 (p.41より抜粋。便宜上箇条書きにしたもの)



取組主体 ☒都道府県 ☒市町村 ☒市民団体

- 妊産婦や乳幼児にとって衛生的な環境を確保するための対策を行う
- 妊婦や母子専用の休養スペースを確保するなど、生活面の配慮を行う
- 妊産婦や母子への相談対応を行う。
- 女性相談員・保健師・助産師・管理栄養士・子育て支援団体・母乳育児支援団体等と連携する

…ライフラインが遮断されることで、避難所における衛生状態が悪くなったり、感染症が流行することがあります。衛生状態が悪くなると…産婦は乳腺炎や膀胱炎、乳幼児は感染症にかかりやすくなるなど、一般の人に比べて健康リスクが高くなるため、保健上の配慮が必要です。

要配慮者は、早い段階で女性専用、家族専用、母子専用、介護・介助スペースへ移動させて、栄養の確保と健康維持のための配慮を行う必要があります。

乳児に対しては

- **母乳育児の場合、感染症のリスクを減らす観点から**
 - 母乳をあげている場合、それを**継続するための支援**が重要です。
 - **授乳できる環境・必要な水分と食料・休憩**を取るための支援が重要です。
- **粉ミルクや液体ミルクを使用する際は**
 - **平常時の状況や本人の希望についての聞き取り（アセスメント）**を行い
 - **必要な乳児に衛生的な環境で提供できるよう、必要な機材と情報をセットで提供**する必要があります。

→第3部 授乳アセスメントチェックシート

母親の意思を尊重し、不安や悩みを吐き出しやすい環境を作っていくことで、母親の回復につながり、最も脆弱である乳児の支援に繋がっていくことが重要です。

[illegible]

＜避難状況＞

- ☐ この避難所に避難中
- ☐ 在宅避難（自宅・親戚宅・その他）
- ☐ 車中避難
- ☐ その他（ ）

住所 連絡先

お母さんの名前

授乳中のお子さんの名前

言語（視聴覚等障害・日本語の理解度）

視聴覚等障害無・有：見る・聞く・話す・読む

使用言語 () 翻訳者有 翻訳アプリ 筆談 その他

家族構成 夫（パートナー）、子ども 人、他

授乳アセスメントシートによる聞き取り ＜授乳等の状況＞

月齢

尿・便

災害前・現在の授乳法

離乳食の状況

あるもの・不足しているもの

○授乳等の状況	
①授乳中のお子さんの月齢	年月
②必ずさんは元気ですか？ おしっこ・うんちはどうですか？	元気 <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> 寝返りともう() おしっこ(おむつの濡れ) <input type="checkbox"/> 1日5回以上 <input type="checkbox"/> 1日5回以下 うんちの状態 <input type="checkbox"/> 寝返りあり <input type="checkbox"/> 寝返りともう()
③赤ちゃんの病気・アレルギー・障害など	無 <input type="checkbox"/> 有(原因は落書きしている)() 有(原因は落書きしている)()
④お母さんの病気・不調・障害など	無 <input type="checkbox"/> 有(原因は落書きしている)() 有(原因は落書きしている)()
⑤授乳前の授乳法	a. 母乳のみ b. 母乳とミルク c. ミルクのみ 何れも書めていない
⑥授乳中の授乳法	a. 母乳のみ b. 母乳とミルク c. ミルクのみ 何れも書めていない
⑦母乳授乳以外で(ミルク等) 不足しているものがあれば量・回数・方法	母乳(口手・口授乳器) - ミルク・その他 () 1回 () ml () 回/日 哺乳びん・コップ・その他 ()
⑧母乳分泌について	母乳分泌に不安がある <input type="checkbox"/> ある <input type="checkbox"/> ない 母乳分泌を増やすこと、母乳再開に関心が <input type="checkbox"/> ある <input type="checkbox"/> ない
⑨離乳食の状況	<input type="checkbox"/> 始めています <input type="checkbox"/> 始めていません 月/日 授乳の回数とローアルド・豆乳・バナナ・肉類

○離乳したもの		不安	
母子手帳	あり	なし	
母乳用		本	
ふく乳管(コップ)		本	
粉ミルク	a. 本/b. パック	本	
アレルギー対応ミルク	a. 本/b. パック	本	
調乳用ミルク	あり	本	
調乳用の水	m l	本	
調乳器具・授乳用品		日付	
おむつ	枚/日	本	
おしりふき		パック	

不安、心配など

※お母さん自身、お父さん、祖父母など、授乳開始の不安に悩まれている方は、専門機関等に相談してください。

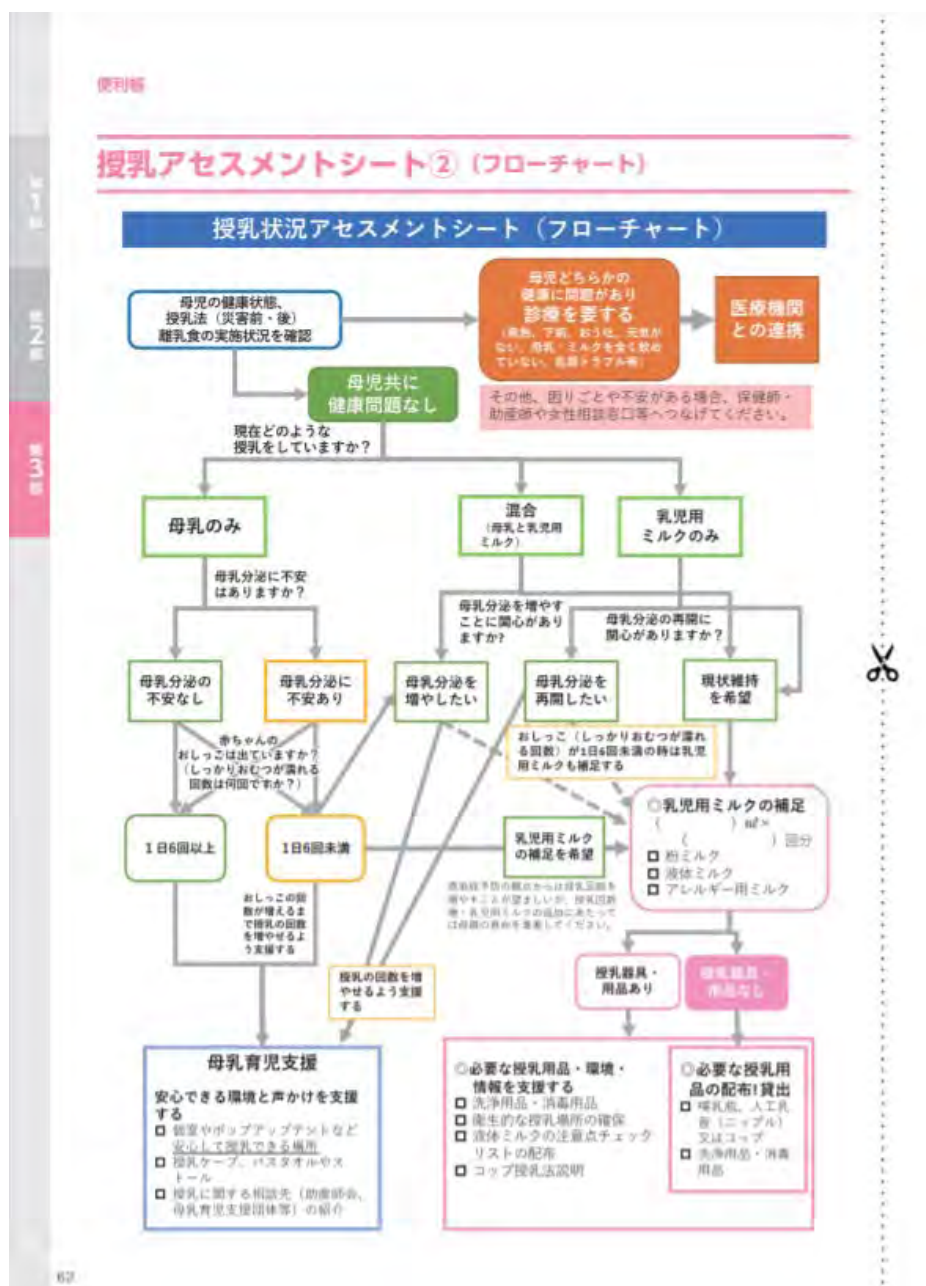
母子の健康状態・障害等

補足量・回数・方法

母乳分泌の不安の有無増やすこと、再開に関心があるか

不安・心配(家族間の悩み等も)

授乳アセスメントシート②（フローチャート）



アセスメントシート①で聞き取った情報

健康状態

現在の授乳法

母乳分泌の不安の有無・尿回数

母乳分泌を増やすこと・再開の希望の有無

を基に、リソースにつなげる・必要な授乳用品と情報

※母乳分泌に不安があるという場合、不安な気持ちに共感しながら、尿の回数などの情報をさらに収集し、支援やリソースにつなげることが大切です。

授乳アセスメントシート③（配布リーフレット）

それぞれのニーズに応じて使い分けます。

災害時の赤ちゃんの栄養

～「疲れた」なんて言えなくて頑張っているお母さんに～
赤ちゃんの栄養で困ったときは

母乳をあげているお母さんへ

母乳には免疫が含まれていますので、あげ続けていると赤ちゃんが病気にかかりにくくなります。
★飲しがるときに飲しがらだけ吸ってもらいましょう。
★スキんシップをたくさん取りましょう。
★できるかぎり、リラックスして過ごしましょう。
★一時的に母乳が出にくくなったと感じても、大丈夫。
赤ちゃんがひんぱんに飲むことで母乳の量は増えていきます。
足りていたミルクが少なくてすむようになったり、足りなくてすむようになることもあります。赤ちゃんが十分に母乳を飲めていないのではと不安になったら、おしっこウンチの回数を数えます。
“おしっこウンチがいままでと同等に出ている”なら飲んでいる証拠です。
もし、いつもより少ないと感じたら……、医療者や相談窓口へ、遠慮なく相談しましょう。

赤ちゃんを落ち着かせ、ママも肩の力を抜くために

- ★たくさん抱っこ
- ★肌と肌をふれあわせスキんシップ
- ★乳房を何回でも含ませてみる
- ★深呼吸
- ★子育てママが集まって情報交換
- ★肩や背中のマッサージ
- ★気持ちを癒してもらおう

困ったときに
★災害時の母乳育児相談～よく聞かれる質問
https://ijjapan.org/faq_saigai.html

★母乳育児や乳幼児の栄養などの相談窓口
hisai_support@ijjapan.org

- 1) お名前
- 2) お住まいの地域
- 3) 相談内容
- 4) 電話相談・メール相談どちらをご希望かを記入して送信ください

乳児用ミルクをあげているお母さんへの情報は裏面です

母と子の育児支援ネットワーク「災害時の母と子の育児支援 共同特別委員会」 <https://h-hakatsoku.net/>

WHO日本人・リー・シェン・リー・グロブ
国際母乳育児相談センター
WHO日本人・リー・シェン・リー・グロブ
国際母乳育児相談センター

災害時の赤ちゃんの栄養

～「疲れた」なんて言えなくて頑張っているお母さんに～
赤ちゃんの栄養で困ったときは

乳児用ミルクをあげているお母さんへ

ミルクを確保し、できるかぎり清潔に調乳しよう
と気を張りつめておられることでしょう。
★粉ミルクは70度以上で調乳する（一度清潔
させて熱いうちに溶かす）ことができれば、
細菌を死滅させることができます。
★容器を洗って消毒・殺菌することが難しいと
きは、使い捨ての紙コップが役に立ちます。
★調乳後の粉ミルクも乳児用調乳済ミルクも
2時間以内に飲まなかったら破棄します。

コップで飲ませる方法

- ★コップが下唇に
軽くふれ、コップの
縁が上唇の外側に
ふれるように
- ★コップを横につけた
まま、赤ちゃんが
自分で飲むようにする
- ★赤ちゃんの口の中にミルクを注ぎ込まない
ようにしましょう

赤ちゃんを落ち着かせ、ママも肩の力を抜くために

- ★たくさん抱っこ
- ★肌と肌をふれあわせスキんシップ
- ★乳房を何回でも含ませてみる
- ★深呼吸
- ★子育てママが集まって情報交換
- ★肩や背中のマッサージ
- ★気持ちを癒してもらおう

困ったときに
★災害時の母乳育児相談～よく聞かれる質問
https://ijjapan.org/faq_saigai.html

★母乳育児や乳幼児の栄養などの相談窓口
hisai_support@ijjapan.org

- 1) お名前
- 2) お住まいの地域
- 3) 相談内容
- 4) 電話相談・メール相談どちらをご希望かを記入して送信ください

母乳をあげているお母さんへの情報は裏面です

母と子の育児支援ネットワーク「災害時の母と子の育児支援 共同特別委員会」 <https://h-hakatsoku.net/>

WHO日本人・リー・シェン・リー・グロブ
国際母乳育児相談センター
WHO日本人・リー・シェン・リー・グロブ
国際母乳育児相談センター

赤ちゃんをもっているすべてのお母さんには、
両面リーフレット

「どうする？災害時の赤ちゃんの栄養」
マンガも全般的な説明に役立ちます。
（内閣府のガイドラインでは、
「お役立ち情報一覧」に掲載）



乳児用液体ミルクを使う場合には、液体ミルクの注意点チェックリストと共に配布 哺乳瓶の洗浄・消毒が困難な場合にはコップ授乳についての説明リーフレット

液体ミルクを使用するお母さま、ご家族の方へ 災害時に安心して使うためのチェックリスト

このたびの災害では、ライフラインが十分な中で、赤ちゃんにできるだけ安全なミルクを与えられるように心がけていただければと思います。液体ミルクは、調製の方法がなく即座に飲用でき、保存が可能なため、災害時には有効です。液体ミルクを使用する際には製品の説明書に従ってください。一般的な準備や保存上のチェック項目は以下のようなものがあります。項目をチェックしましょう。

開封前	飲ませる準備
賞味期限までは常温で保存可能	<input type="checkbox"/> 開封前には手を清潔にします。 <input type="checkbox"/> 液体ミルクパッケージに傷や変形がないこと、注ぎ口が汚れていないことを確認します。 <input type="checkbox"/> 賞味期限を確認し、開封後のものは賞味します。 <input type="checkbox"/> 海外のものは表記方法に注意します。 <small>(例) 賞味期: 2020年1月/2月/3月/4月/5月/6月/7月/8月/9月/10月/11月/12月</small>
<input type="checkbox"/> 賞味期限までは常温で保存可能 <input type="checkbox"/> 賞味期限を確認し、開封後のものは賞味します。 <input type="checkbox"/> 海外のものは表記方法に注意します。 <small>(例) 賞味期: 2020年1月/2月/3月/4月/5月/6月/7月/8月/9月/10月/11月/12月</small>	<input type="checkbox"/> 賞味期限までは常温で保存可能 <input type="checkbox"/> 賞味期限を確認し、開封後のものは賞味します。 <input type="checkbox"/> 海外のものは表記方法に注意します。 <small>(例) 賞味期: 2020年1月/2月/3月/4月/5月/6月/7月/8月/9月/10月/11月/12月</small>

コップで授乳

哺乳びんでなくても飲めるの？
その方法を知りたいお母さん・ご家族へ

コップで授乳？
生まれてまもない赤ちゃんも飲める月齢に視覚的・味覚的に乳首をかわす乳汁（しぼった母乳や乳児用ミルク）を飲むことができます。災害時には使い捨てのコップが便利です。

困ったときに
★授乳についての情報
<https://iljapan.org/index.html>
★相談窓口
<https://iljapan.org/tel.html>

(NPO法人ラ・レーヂ・リーグ日本)

0 赤ちゃんが目覚めていること
赤ちゃんがはっきり目覚めている必要があります。泣いているときはまず抱っこしてあやし、泣きやんだらスタート。

1 赤ちゃんを寝にだっこ
イラストのようにひざの上で赤ちゃんの体を起こして座らせ、赤ちゃんのあごが胸にうまった状態にならないように、赤ちゃんの背中と首を支えます。うまれて1か月くらいまでの赤ちゃんは布でしっかり包んで腕が出ないようにしたほうが飲ませやすいです。

2 コップを赤ちゃんの下唇に
しぼった母乳や乳児用ミルクの入ったコップを赤ちゃんの下唇（くちびる）にそっとあてます。唇にコップが当たると赤ちゃんは口と目を開けるようになります。大人が飲むときもそうですが、下唇と左右の口角（口の周わり）がコップのふちにふれるようになります。それから静かにゆっくりとコップをかたむけると赤ちゃんは自分から口を動かして唇や舌で液体にふれるようになります。

3 ゆっくりと赤ちゃんのペースで
この時あててコップを深く傾けないようにしましょう。コップを赤ちゃんの唇にそえるだけで、あとは赤ちゃん自身が飲むようにしましょう。自分ですったり、飲もうように飲んだり、あるいは唇を離して飲みます。途中で休みを入れることもあります。赤ちゃんのペースにまかせます。お腹がいっぱいになると口を開けず、それ以上飲もうとしなくなります。

母と子の育児支援ネットワーク 「災害時の母と子の育児支援 共同特別委員会」 <https://i-hahatoko.net/>

NPO法人ラ・レーヂ・リーグ日本 <https://iljapan.org/> イラスト: Tami Mami

乳児育児支援ネットワーク <https://babyhelp.net/> デザイン: Suenomura, Rika

NPO法人おたけこねこ・コンサント協会 <https://otake-net.jp/>

オンライン相談のリーフレット

緊急相談窓口(無料) はじまりました

災害時の 乳幼児の栄養・授乳 オンライン相談

赤ちゃんのママはLINEで相談

相談の流れ

1. 二次元コードからLINEで友だち追加します。
2. トーク画面に以下の内容を書いてください

お子さんの月齢 (年齢)
地域 (市町村まで)
相談内容

相談を受けるのは、日本赤十字社「赤ちゃんの栄養サポートライン」を運営するラ・レーヂ・リーグ認定リーダーです。

被災したお母さんたちを支援しているおたけこねこ（ボランティアも含む）からの相談はこちらの二次元コードからzoomでの相談を受けています。対応するのは医師・助産師の資格をもつIBCLC（乳児栄養支援の国際資格保持者）。

母と子の育児支援ネットワーク（災害時の母と子の育児支援 共同特別委員会）
<https://i-hahatoko.net/>
2020年7月8日

参考文献

IFE コアグループ(2017) 災害時における乳幼児の栄養

～災害救援スタッフと管理者のための活動の手引き」

NPO法人日本ラクテーション・コンサルタント協会訳(2019)

https://www.ennonline.net/attachments/3126/Ops-G_Japanese_2019.pdf

エムラヤスコ(2019) どうする？災害時の赤ちゃんの栄養 あんどうりす・本郷寛子発行

<https://www.ennonline.net/comicbasedontheogife>

大山牧子(2018) cup chopstick, mov

災害時紙コップ2個と割り箸で人工乳を作ることができます <https://vimeo.com/297382521>

世界保健機関(WHO)(1981) 母乳代用品のマーケティングに関する国際規準

母乳育児支援ネットワーク訳(2021)

https://bonyuikuji.net/wp-content/uploads/2021/06/International_code.pdf

世界保健機関(WHO) (2018) 第71回世界保健総会決議

日本語仮訳 <http://kyokuhp.ncgm.go.jp/library/who/WHA71.pdf>

内閣府男女共同参画局(2020) 災害対応力を強化する女性の視点

～男女共同参画の視点からの防災・復興ガイドライン～

http://www.gender.go.jp/policy/saigai/fukkou/pdf/guidelene_01.pdf

母と子の育児支援ネットワーク(2019)

災害時の赤ちゃんの栄養～「疲れた」なんて言えなくて頑張っているお母さんに

2018年6月作成 2019年4月改訂

<https://i-hahatoko.net/wp-content/uploads/2018/06/災害時の赤ちゃんの栄養カラー.pdf>

母と子の育児支援ネットワーク(2020)

液体ミルクを使用するお母さま、ご家族の方へ ～災害時に安心して使うためのチェックリスト

2018年作成 2020年1月改訂

<https://i-hahatoko.net/wp-content/uploads/2018/07/液体ミルクを使用するご家族の方へ.pdf>

母と子の育児支援ネットワーク(2020)

コップで授乳 哺乳びんでなくても飲めるの？ その方法を知りたいお母さん・ご家族へ

<https://i-hahatoko.net/wp-content/uploads/2020/04/cupfeeding.pdf>

母と子の育児支援ネットワーク(2020)

災害時の乳幼児の栄養・授乳オンライン相談

<https://i-hahatoko.net/wp-content/uploads/2020/07/災害時の乳幼児の栄養授乳オンライン相談-color.pdf>

巻末

災害時における乳児栄養・ 授乳支援 参考資料



母と子の育児支援ネットワーク

災害時の母と子の育児支援 共同特別委員会

i-hahatoko.net

防災推進国民大会 2021 資料

資料について

改変せず、非営利目的である場合は、ダウンロードしてお使いいただけます。
上記の条件にあてはまっている場合には、再配布や印刷の許可は不要です。

資料一覧

作成・発行：母と子の育児支援ネットワーク

ダウンロードURL https://i-hahatoko.net/?page_id=57

- ◆ 災害時の赤ちゃんの栄養～「疲れた」なんて言えなくて頑張っているお母さんに
2018年6月作成 2019年4月改訂
両面印刷 モノクロ版もあり
- ◆ コップで授乳 哺乳びんでなくても飲めるの？その方法を知りたいお母さん・ご家族へ
2020年4月作成
モノクロ版もあり
- ◆ 液体ミルクを使用するお母さま、ご家族の方へ
～災害時に安心して使うためのチェックリスト
2018年作成 2020年1月改訂

発行：あんどおりす・本郷寛子 (Risū Ando・Hiroko Hongo, IBCLC)

ダウンロードURL https://i-hahatoko.net/?page_id=1182

- ◆ どうする？災害時の赤ちゃんの栄養 漫画
comic by エムラヤスコ (Yasuko Emura)
医学監修 奥起久子 (Kikuko Oku, MD, IBCLC)

日本語のほか、中国語（2種 簡体字 ・ 繁体字）、英語・スペイン語・アラビア語・インドネシア語字幕版があります。

災害時の赤ちゃんの栄養

～「疲れた」なんて言えなくて頑張っているお母さんに～
赤ちゃんの栄養で困ったときは

乳児用ミルクをあげている お母さんへ

ミルクを確保し、できるかぎり清潔に調乳しようと気を張りつめておられることでしょう。

- ✳ 粉ミルクは70度以上で調乳する（一度沸騰させて熱いうちに溶かす）ことができれば、細菌を死滅させることができます。
- ✳ 容器を洗って消毒・殺菌することが難しいときは、使い捨ての紙コップが役に立ちます。
- ✳ 調乳後の粉ミルクも液体ミルクも飲まなかった分は破棄します。

コップで飲ませる方法

- ✳ コップが下唇に軽くふれ、コップの縁が上唇の外側にふれるように
- ✳ コップを唇につけたまま、赤ちゃんが自分で飲むようにする
- ✳ 赤ちゃんの口の中にミルクを注ぎ込まないようにしましょう



赤ちゃんを落ち着かせ、 ママも肩の力を抜くために

- ✳ たくさん抱っこ
- ✳ 肌と肌をふれあわせ
スキンシップ
- ✳ 乳房を何回でも含ませてみる
- ✳ 深呼吸
- ✳ 子育てママが集まって
情報交換
- ✳ 肩や背中へのマッサージ
- ✳ 気持ちを聴いてもらう



困ったときに

- ✳ 災害時の母乳育児相談～よく聞かれる質問
https://lll-japan.org/faq_saigai.html



- ✳ 母乳育児や乳幼児の栄養などの相談窓口
hisai_support@lll-japan.org

- 1) お名前
- 2) お住まいの地域
- 3) 相談内容
- 4) 電話相談・メール相談どちら
をご希望かを記入して送信ください



母乳をあげているお母さんへの情報は裏面です

2018年6月
2019年4月一部改訂

母と子の育児支援ネットワーク 「災害時の母と子の育児支援 共同特別委員会」 <https://i-hahatoko.net/>

NPO法人ラ・レーチェ・リーグ日本

母乳育児支援ネットワーク

NPO法人日本ラクテーション・コンサルタント協会

<https://lll-japan.org/>

<https://bonyuikuji.net/>

<http://jalco-net.jp/>

イラスト: Tomo Miura

写真: Sannomiya, Rieko

災害時の赤ちゃんの栄養

～「疲れた」なんて言えなくて頑張っているお母さんに～
赤ちゃんの栄養で困ったときは

母乳をあげているお母さんへ

母乳には免疫が含まれていますので、あげ続けていると赤ちゃんが病気にかかりにくくなります。

✳ 欲しがるときに欲しがるだけ吸ってもらいましょう。

✳ スキンシップをたくさん取りましょう。

✳ できるかぎり、リラックスして過ごしましょう。

一時的に母乳が出にくくなったと感じても、大丈夫。

赤ちゃんがひんぱんに飲むことで母乳の量は増えていきます。

足していたミルクが少なくてすむようになったり、足さなくてすむようになることもあります。赤ちゃんが十分に母乳を飲めていないのではと不安になったら、おしっことウンチの回数を数えます。

“おしっことウンチがいままでと同様に出ている”なら飲めている証拠です。

もし、いつもより少ないと感じたら……、医療者や相談窓口へ、遠慮なく相談しましょう。



赤ちゃんを落ち着かせ、 ママも肩の力を抜くために

✳ たくさん抱っこ

✳ 肌と肌をふれあわせスキンシップ

✳ 乳房を何回でも含ませてみる

✳ 深呼吸

✳ 子育てママが集まって情報交換

✳ 肩や背中へのマッサージ

✳ 気持ちを聴いてもらう



困ったときに

✳ 災害時の母乳育児相談～よく聞かれる質問

https://lll-japan.org/faq_saigai.html



✳ 母乳育児や乳幼児の栄養などの相談窓口

hisai_support@lll-japan.org

1) お名前 2) お住まいの地域

3) 相談内容

4) 電話相談・メール相談どちら

をご希望かを記入して送信ください



乳児用ミルクをあげているお母さんへの情報は裏面です

2018年6月
2019年4月一部改訂

母と子の育児支援ネットワーク 「災害時の母と子の育児支援 共同特別委員会」 <https://i-hahatoko.net/>

NPO法人ラ・レーチェ・リーグ日本

母乳育児支援ネットワーク

NPO法人日本ラクテーション・コンサルタント協会

<https://lll-japan.org/>

<https://bonyuikuji.net/>

<http://jal-net.jp/>

イラスト: Tomo Miura

写真: Sannomiya, Rieko

コップで授乳

哺乳びんでなくても飲めるの？
その方法を知りたいお母さん・ご家族へ



コップで授乳？

生まれてまもない赤ちゃんも含め月齢に関係なく、哺乳びんを使わずに乳汁（しぼった母乳や乳児用ミルク）を飲むことができます。災害時には使い捨ての紙コップが便利です。

困ったときに

＊授乳についての情報

<https://lll-japan.org/index.html>



＊相談窓口

<https://lll-japan.org/tel.html>



(NPO法人ラ・レーチェ・リーグ日本)

0

ちゃんが目覚めていること

赤ちゃんがはっきり目覚めている必要があります。泣いているときはまず抱っこしてあやし、泣きやんだらスタート。

1

ちゃんを縦にだっこ

イラストのようにひざの上で赤ちゃんの体を起こして座らせ、赤ちゃんのあごが胸にうまった状態にならないように、赤ちゃんの背中と首を支えます。うまれて1か月くらいまでの赤ちゃんは布でしっかり包んで腕が出ないようにしたほうが飲ませやすいでしょう。

2

コップを赤ちゃんの下唇に

しぼった母乳か乳児用ミルクの入ったコップを赤ちゃんの下唇（くちびる）にそっとあてます。唇にコップが当たると赤ちゃんは口と目を開けるようになります。大人が飲むときもそうですが、下唇と左右の口角（口の両わき）がコップのふちにふれるようにします。それから静かにゆっくりとコップをかたむけると赤ちゃんは自分から口を動かして唇や舌で液体にふれようとします。



3

ゆっくりと赤ちゃんのペースで

この時あわててコップを深く傾けないようにしましょう。コップを赤ちゃんの唇にそえるだけで、あとは赤ちゃん自身が飲むようにしましょう。自分ですすったり、吸うように飲んだり、あるいは舌を使ったりして飲みます。途中に休みを入れることもあります。赤ちゃんのペースにまかせます。お腹がいっぱいになると口を閉ざし、それ以上飲もうとしなくなります。

液体ミルクを使用するお母さま、ご家族の方へ 災害時に安心して使うためのチェックリスト

このたびの災害では、ライフラインが不十分な中で、赤ちゃんにできるだけ安全にミルクを与えられるように心を配っていらっしゃることでしょう。液体ミルクは、調乳の必要がなく殺菌されており常温で保存可能なので、災害時には有用です。液体ミルクを使用する際には製品の説明書に従ってください。一般的な準備や保存上のチェック項目には以下のようなものがあります。項目をチェックしましょう。

開封前

賞味期限までは常温*で保存可能

- ☐ 高温での保存は想定されていません。できるだけ冷暗所保存します。
- ☐ 冷凍保存はできません。
- ☐ 賞味期限を確認し、期限切れのものは破棄します。
- ☐ 海外のものは表記方法に注意します。
(例：英国式 日/月/年；米国式 月/日/年)

飲ませる準備

- ☐ 使用前に手を清潔にします。
- ☐ 液体ミルクパッケージに傷や破損がないこと、注ぎ口が汚れていないことを確認します。
- ☐ 濃度が均一になるように、よく振ります。
- ☐ ストロウの先や缶の注ぎ口に手を触れないようにして清潔な容器に移します。

清潔な容器とは？

- 1回ごとの使い捨ての人工乳首が付いていないタイプは、授乳用の清潔な容器が毎回必要。
 - 繰り返し使うタイプの人工乳首や洗浄しにくいアタッチメントは災害時の使用には適さない。
 - 清潔な哺乳びん・人工乳首が手に入らない、または十分に洗浄や消毒ができない場合、使い捨ての紙コップなどを利用できる**。
- ☐ 容器に移した後、凝固・分離・異臭がないことを確認します。
 - ☐ 温めずに飲ませてかまいません。
 - ☐ 温める場合は以下を留意しましょう。
 - ☐ 製品の説明書に従い人肌まで温める。
 - ☐ 電子レンジや直火など高温になる加熱は避ける。
 - ☐ 製品パッケージ（缶・紙パック）のままの湯せんはできない。
 - ☐ いったん温めたミルクや飲み残しは、絶対に再加熱せず廃棄する。
 - ☐ 赤ちゃんが飲み残した分は必ず廃棄しましょう。口をつけていなくても開封後の保存はできません。



Tomo Miura



母乳をあげている、またはミルクと母乳の両方をあげているお母さん

災害のストレスで母乳が減ってしまったように感じられるかもしれませんが、それは一時的なものです。赤ちゃんが欲しがるたびに母乳を飲ませると母乳はつくられ続けます**。

* 日本栄養士会『災害時に乳幼児を守るための栄養ハンドブック』では25℃以下。
日本工業規格（JIS）では常温を5℃～35℃と定めています。

** 詳しくは、母と子の育児支援ネットワーク「災害時の赤ちゃんの栄養」を参照してください
「災害時の赤ちゃんの栄養」 <https://i-hahatoko.net/?p=745>



災害時の赤ちゃんの栄養

災害時の 赤ちゃんの栄養

原始時代には
危機が迫った時に
乳を押し出すのを
一時的にとめ
安全になると
出る仕組みができた
といわれています

これは
「今はゆつくり
授乳している場合
ではなく逃げろ」
ということだからです

それは現代も同じ：
母乳が押し出しにくく感じて
ストレスには関係なく
作り続けられているのです

災害時
「ストレスで
母乳が止まる」
って聞きました
けど…

それは
よくある誤解！
安心できる
仕組みが現代でもあるの
おまけ
りす

母乳中の
免疫物質は
災害時に心配な
感染症から
赤ちゃんを守って
くれる

それで誤解が
生まれるの
「母乳が止まる」
誤解

ウイルス
細菌
大腸菌
カンジダ
ヘルペス
インフルエンザ

だから「ここは安心」
と思えるような場所を
用意する事が
とっても大事なの

でも
災害時の状況だと
授乳回数が減り
がちになって…

授乳回数が増える場面
授乳回数が減る場面

授乳回数が減る原因
授乳回数が減る原因

授乳回数が減る原因
授乳回数が減る原因

ママが食べてなく
ても母乳は作られる
けどママの元気の
ために多めの食事
をあげたいし

赤ちゃんは
落ちつくために
乳首をくわえるし
夜の授乳もあるから
できれば家族専用の
スペースがいいよね

少し多めに
あげていたら
いつもより出たって
人もいるの

母乳をあげている
人には授乳に専念
できるように

母乳をあげている
人には授乳に専念
できるように

あと
飲み残しは
絶対に捨てる事

飲むときは
必ず消毒
飲むときは
必ず消毒

そして
乳幼児用ミルクを
あげている人は
徹底的な衛生管理が
大事！

液体ミルク
常温保存
常温は15～25℃位
工業用ミルクでは
35℃まで
(メーカーによる)

手洗い
消毒
70℃以上
で煮沸消毒！
人間に
冷ます！

それが
母乳を飲んでる赤ちゃん
ミルクを飲んでる赤ちゃん
両方を守ることになるんですね

アドバースよりも
まず保護者に話を
聞いて
今まで通りの育児が
できるように
手助けしようね

「災害時の子育てを
続けられるように
何が出来るか」
支える人たちは
乳児の保護者に
寄り添って
考えて欲しい…

国際基準(WHO)の国際標準や災害時の
乳幼児栄養の指針で定めていること
○それぞれにあった方法を
きちんとアセスメントして
必要な人にミルクを渡す
×災害時ミルクを一律に配布
×平常時ミルクの試供品や試飲を提供

●災害時の乳幼児栄養の国際的ガイドライン(OG-IFE)をとりまとめているENNのサイトに、このマンガが紹介されています。各国語に翻訳されています

<https://www.ennonline.net/comicbasedontheogife>

Emergency Nutrition Network (ENN)は国際的な栄養危機に取り組む団体。国連児童基金(UNICEF)世界保健機構(WHO)国連難民高等弁務官事務所(UNHCR)国際連合世界食糧計画(WFP)などの国連機関と緊急救援活動に取り組む NGO や専門家による国際連携で形成された「IFE コアグループ」をとりまとめている。

●内閣府 男女共同参画局のガイドラインにも、ENN のサイトが引用され、このマンガが紹介されています。

<http://www.gender.go.jp/policy/saigai/fukkou/guideline.html>



参考文献 (アルファベット順)

American Academy of Pediatrics. Infant Feeding in Disaster and Emergencies, 2020.

<https://www.aap.org/en-us/advocacy-and-policy/aap-health-initiatives/Breastfeeding/Documents/InfantNutritionDisaster.pdf>

(災害時は母乳育児の継続支援が基本と記載。内容は日本語で下記の論文に引用紹介されている。)

・板橋家頭夫:災害時の栄養.周産期医学.2017: 47:421- 424. ・長谷部義幸,板橋家頭夫.災害と小児栄養の問題点と課題,小児内科,2018: 50(3):401-405.

American Academy of Pediatrics, American College of Obstetricians and Gynecologists. Breastfeeding Issues During Disasters (AAP/ACOG) in Breast-feeding Handbook for Physicians 2nd ed. p.239-244, 2014

(災害時にストレスで母乳が出なくなることはなく、また十分な栄養摂取ができていないと赤ちゃんは母乳育児はできるとお母さんに伝えて安心させるよう、と記載されている。)

日本語暫定訳: 災害時の母乳育児 (Breastfeeding Issues During Disasters) https://yahoo.jp/box/4M_msp

Bartle, Carol. Infant Feeding in Emergencies: Fact Sheets for Parents and Support Workers.

日本語版: ラ・レーチェ・リーグ日本翻訳.平時から備えたい災害時の「乳幼児栄養と授乳」情報シート集, ラ・レーチェ・リーグ日, 2015.

Child Protection Working Group (CPWG). Minimum standards for child protection in humanitarian action, 2012.

日本語版: セーブザチルドレン翻訳. 人道行動における子どもの保護の最低基準

<https://www.savechildren.or.jp/news/publications/download/cpms.pdf>

De Brabandere A, David A, Dozio E, under the coordination of Bizouerne C. Baby Friendly Spaces - Holistic Approach for Pregnant, Lactating Women and their very young children in Emergency, 2014. Action contre la Faim, member of the ACF International Network (ACF)

https://www.ennonline.net/attachments/2305/ACF_BFSManual.2014.gb.pdf

ENN, IBFAN-GIFA, Fondation Terre des hommes, CARE USA, Action Contre la Faim, UNICEF, UNHCR, WHO, WFP, Linkages. Infant Feeding in Emergencies Module 2 Version 1.1 For health and nutrition workers in emergency situations for training, practice and reference, 2007.

https://www.who.int/nutrition/publications/emergencies/ife_module2/en/

Gribble KD, Berry NJ. Emergency preparedness for those who care for infants in developed country contexts. Int Breastfeed. J. 6(1):16, 2011

日本語版: JALC 翻訳. 先進国における災害時の乳児栄養. <https://jalc-net.jp/hisai/gribbleandberry.pdf>

Gribble K, Fernandes C. Considerations regarding the use of infant formula products in infant and young child feeding in emergencies (IYCF-E) programs. World Nutrition 2018;9(3):261-283

<https://worldnutritionjournal.org/index.php/wn/article/view/584/539>

Hipgrave, et al. Donated breast milk substitutes and incidence of diarrhoea among infants and young children after the May 2006 earthquake in Yogyakarta and Central Java. Public Health Nutr.2012: 15(2):307-15.

本郷寛子, 新井基子, 五十嵐祐子. お母さんも支援者も自信がつく母乳育児支援コミュニケーション術. 南山堂, 2012.

IFE Core Group. Infant and Young Child Feeding in Emergencies: Operational Guidance for Emergency Relief Staff and Programme Managers, version 3.0, 2017.

<https://www.ennonline.net/operationalguidance-v3-2017>

(災害時の乳児の栄養支援の国際的スタンダード。このチラシの最下段に記載してある WHO の方針というのは、具体的にはこの手引きに記載されている内容)

日本語版: JALC 翻訳. 災害時における乳幼児の栄養—災害救援スタッフと管理者のための活動の手引き.

https://www.ennonline.net/attachments/3126/OPS-G_Japanese_2019.pdf 及び https://www.jalc-net.jp/dl/OPS-G_Japanese_Screen.pdf

日本栄養士会 日本栄養士会災害支援チーム.災害時における乳幼児の栄養支援の手引き, 2019.

<https://www.dietitian.or.jp/news/upload/images/b92b1745e54bfd38249c741e3026cf4afd45fbd0.pdf>

奥 起久子.乳児用液体ミルク: その導入と「母乳代用品のマーケティングに関する国際規準」法制化の必要性.Neonatal Care, 2017;30:725-730.

奥 起久子.災害時の乳幼児の栄養支援～液体ミルク導入に際しての留意事項を含めて～,助産雑誌,2019;73(8):676-683.

参議院予算委員会会議録第 8 号 (第 13 部) 第 198 回国会, 平成 31 年 3 月 13 日, p.23.

<http://kokkai.ndl.go.jp/SENTAKU/sangiin/198/0014/19803130014008.pdf>

Prime DT, Kent JC, Hartman RA, Hartman PE. Oxytocin: Milk ejection and maternal-infant well-being. In TW Hale & PE Hartman (Eds.), Hale & Hartman's Textbook of Human Lactation (pp.141-155). Hale Publishing, 2007.

Sphere Association. The Sphere Handbook 2018

日本語版: スフィアハンドブック: 人道憲章と人道支援における最低基準 日本語版,第 4 版,2019.

https://jqan.info/wp/JQ/wp-content/uploads/2019/10/spherehandbook2018_jpn_web.pdf

UNHCR, ENN. Infant and Young Child Feeding Practices: Standard Operating Procedures for the Handling of Breastmilk Substitutes (BMS) in Refugee Situations for Children 0 - 23 months, 2015.

<https://www.unhcr.org/publications/operations/55c474859/infant-young-child-feeding-practices-standard-operating-procedures-handling.html>

WHO. International Code of Marketing of Breast-milk Substitutes, 1981.

日本語版: 母乳育児支援ネットワーク翻訳 母乳代用品のマーケティングに関する国際規準.

http://jalc-net.jp/dl/International_code.pdf

WHO, UNICEF. Baby Friendly Hospital Initiative: Revised, updated and expanded for integrated care, 2009

日本語版: BFHI2009 翻訳編集委員会翻訳.UNICEF/WHO 赤ちゃんとお母さんにやさしい母乳育児支援ガイド ベーシックコース. 医学書院, 2009.

WHO, UNICEF. Infant Young Child Feeding Counselling: An Integrated Course, 2006.

<https://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/9789241594745/en/>

WHO, UNICEF, LINKAGES, IBFAN, ENN. Infant Feeding in Emergencies Module 1 For emergency relief staff, 2001._

https://www.who.int/nutrition/publications/emergencies/ife_module1/en/